

2026年 9月 才武井当の献立

管理栄養士 監修



9/18 金

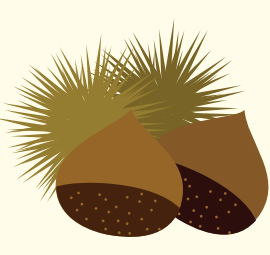
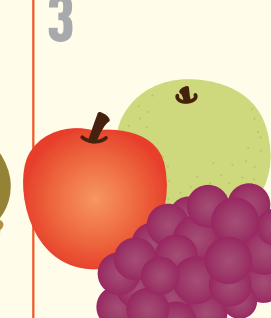


豚カツ味噌ダレ

今月のおすすめメニュー

チーズコロッケ、ハンバーグ

※イラストはイメージです。

日	月	火	水	木	金	土
30 	31 	1 ハンバーグ、コロッケ ・鶏肉炒め ・大根和え ・コーンソテー 734kcal・塩分3.0g みやび弁当 +がんも、おかせー一品 ペア ためぎうどん&メンチカツ丼 603kcal・塩分2.9g 丼 のり丼 775kcal・塩分2.2g	2 回鍋肉、ラビオリ、シュウマイ ・春雨炒め ・ワカメサラダ ・ほうれん草ナムル 614kcal・塩分2.8g みやび弁当 +糸昆布煮、豆腐寄せ ペア とうろうどん&青菜小エビご飯 493kcal・塩分4.0g 丼 焼き鳥丼 630kcal・塩分1.8g	3 メンチカツ、照り焼きチキン ・ナポリタン ・いんげん煮 ・もやし和え 712kcal・塩分3.1g みやび弁当 +ふき和え、お好み焼き ペア 天ぷらうどん&鶏そぼろご飯 545kcal・塩分3.0g 丼 豚丼 719kcal・塩分1.9g	4 ヤンニョムチキン ・ピーマン炒め ・切干大根炒め ・ひじきサラダ 666kcal・塩分3.1g みやび弁当 +白菜煮、ホタテ風味カツ ペア うめ鶏うどん&揚げ丼 591kcal・塩分3.1g 丼 麻婆豆腐丼 613kcal・塩分1.3g	5 ミートコロッケ、豚しゃぶサラダ ・厚揚げ炒め ・小松菜和え ・マカロニ炒め 729kcal・塩分2.5g みやび弁当 +豆サラダ、鶏肉の八幡巻き
6 豚肉と茄子の味噌炒め、つくね ・マカロニサラダ ・切干大根煮 ・いんげん和え 673kcal・塩分2.9g みやび弁当 +玉こんに煮、オムレツ	7 すき焼き風コロッケ、じゃが芋キッシュ ・鶏肉のブルコギ風 ・カリフラワーソテー ・ワカメ和え 636kcal・塩分3.0g みやび弁当 +冬瓜煮、三角しのだ ペア 焼きそば&うめしらすご飯 597kcal・塩分4.4g 丼 とり天丼 816kcal・塩分1.3g	8 豚カツ味噌ダレ ・春雨サラダ ・ひじき煮 ・青梗菜和え 643kcal・塩分2.6g みやび弁当 +れんこん炒め、おかせー一品 ペア サラダうどん&コロッケ丼 648kcal・塩分2.9g 丼 中華丼 619kcal・塩分0.6g	9 根菜つくね、コロッケ ・スパゲティペペロン ・もやし和え ・小松菜炒め 649kcal・塩分2.6g みやび弁当 +かぼちゃ煮、角揚げ ペア 月見うどん&わかめご飯 486kcal・塩分4.2g 丼 きんぴらてりやき丼 647kcal・塩分1.9g	10 ポークカレー ・クリーミーフライ ・白菜のお浸し ・コーンソテー 662kcal・塩分3.7g みやび弁当 +糸昆布煮、海鮮ステーキ ペア おろしそば&肉野菜炒め丼 595kcal・塩分2.2g 丼 タレかつ丼 737kcal・塩分2.0g	11 ベーコンチーズカツ、オムレツ ・麻婆豆腐 ・もやし炒め ・ピーマンマリネ 662kcal・塩分1.7g みやび弁当 +春雨サラダ、さつま揚げ ペア 山菜うどん&二色丼 550kcal・塩分3.3g 丼 塩豚ブロックリー丼 678kcal・塩分1.4g	12 チキンカツのトマトソース ・スパゲティサラダ ・大豆煮 ・いんげんソテー 720kcal・塩分2.5g みやび弁当 +ひじき和え、枝豆と豆腐のふんわり天
13 鶏肉の韓国風炒め、オムレツ ・がんも煮 ・小松菜炒め ・白菜和え 512kcal・塩分1.7g みやび弁当 +切干大根サラダ、水餃子	14 ハンバーグの和風きのこソース ・コロッケ ・キャベツの酢の物 ・ピーマン金平 716kcal・塩分2.8g みやび弁当 +豆サラダ、玉子ロール ペア 肉うどん&ゆかりご飯 554kcal・塩分3.4g 丼 のり丼 775kcal・塩分2.2g	15 豚肉のスタミナ炒め、メンチカツ ・親子煮 ・のり塩ポテト ・青梗菜和え 679kcal・塩分2.5g みやび弁当 +豆腐寄せ、おかせー一品 ペア ナポリタン&ハンバーグ丼 791kcal・塩分2.3g 丼 イカ天丼 706kcal・塩分0.5g	16 油淋鶏 ・春雨炒め ・ワカメナムル ・もやし和え 575kcal・塩分2.8g みやび弁当 +れんこん煮、五目巾着 ペア きつねうどん&磯辺揚げ丼 528kcal・塩分2.7g 丼 ビビンバ丼 762kcal・塩分6.2g	17 チンジャオロース風、揚げチヂミ、揚げ餃子 ・たらこスパゲティ ・キャベツソテー ・がんも煮 685kcal・塩分3.7g みやび弁当 +ふき和え、春巻き ペア サラダうどん&菜めし 569kcal・塩分3.9g 丼 鶏めし 676kcal・塩分2.6g	18 チーズコロッケ、ハンバーグ ・五目煮 ・白菜浅漬け ・菜の花炒め 617kcal・塩分2.9g みやび弁当 +大根サラダ、かにと豆腐のふんわり天 ペア とうろそば&青菜小エビご飯 311kcal・塩分3.4g 丼 ソースかつ丼 757kcal・塩分2.4g	19 ハムカツ、メンチカツ ・豆腐炒め ・こんにゃく炒め ・マカロニ炒め 730kcal・塩分1.9g みやび弁当 +茄子和え、チヂミ
20 豆腐ハンバーグ、豚丼煮 ・野菜炒め ・もやし炒め ・ピーマンマリネ 551kcal・塩分2.3g みやび弁当 +コーンサラダ、オムレツ	21 アジフライ、肉団子のクリームソース ・豚肉の生姜炒め ・青梗菜和え ・白菜煮びたし 692kcal・塩分4.2g みやび弁当 +きゅうりサラダ、さつま揚げ ペア 肉うどん&ゆかりご飯 554kcal・塩分3.4g 丼 のり丼 775kcal・塩分2.2g	22 鶏肉のスタミナ炒め、メンチカツ ・れんこん炒め ・ワカメサラダ ・キャベツ炒め 724kcal・塩分3.0g みやび弁当 +豆サラダ、おかせー一品 ペア ナポリタン&ハンバーグ丼 791kcal・塩分2.3g 丼 イカ天丼 706kcal・塩分0.5g	23 豚肉のボン酢炒め、かき揚げ ・和風スパゲティ ・いんげん煮 ・もやしごま和え 519kcal・塩分2.1g みやび弁当 +オクラサラダ、肉団子 ペア きつねうどん&磯辺揚げ丼 528kcal・塩分2.7g 丼 ビビンバ丼 762kcal・塩分6.2g	24 キーマカレー、イカキャベツカツ ・野菜サラダ ・かぼちゃ煮 ・小松菜炒め 641kcal・塩分3.2g みやび弁当 +ふき和え、舞茸と豆腐のふんわり天 ペア うめ鶏うどん&わかめご飯 489kcal・塩分4.3g 丼 天津唐揚げ丼 685kcal・塩分1.2g	25 厚揚げのそぼろ炒め、栗かぼちゃコロッケ ・焼うどん ・切干大根炒め ・いんげん和え 687kcal・塩分3.0g みやび弁当 +白菜サラダ、じゃがベーバーグ ペア 月見うどん&コロッケ丼 567kcal・塩分3.0g 丼 白身魚天丼 737kcal・塩分0.9g	26 エビカツ、鶏肉の五目炒め ・肉じゃが ・マカロニ炒め ・青梗菜和え 641kcal・塩分2.5g みやび弁当 +糸昆布煮、豆腐ハンバーグ
27 海鮮ステーキ、鶏肉の味噌炒め ・ピーマン炒め ・大根和え ・小松菜の煮びたし 562kcal・塩分1.7g みやび弁当 +冬瓜煮、ハムステーキ	28 粒マスタードハムカツ、ポークビーンズ ・きんぴら ・ひじきサラダ ・人参しりしり 687kcal・塩分3.3g みやび弁当 +ブロッコリー煮、京風がんも ペア 天ぷらうどん&鶏そぼろご飯 545kcal・塩分3.0g 丼 ガバオライス丼 655kcal・塩分2.1g	29 ハンバーグのおろしソース ・春雨炒め ・れんこんサラダ ・青梗菜炒め 703kcal・塩分2.7g みやび弁当 +高野豆腐煮、おかせー一品 ペア ミートソース&ゆかりご飯 748kcal・塩分2.4g 丼 タレかつ丼 737kcal・塩分2.0g	30 白身フライ、ハムフライ ・鶏肉の韓国風炒め ・マカロニ炒め ・切干大根サラダ 712kcal・塩分1.6g みやび弁当 +豆サラダ、つくね大葉巻き ペア おろしうどん&揚げ丼 561kcal・塩分2.6g 丼 ビーフストロガノフ丼 691kcal・塩分3.1g	1 	2 	3 

❗ 食器をレンジにかけないでください

❗ できるだけ風通しの良い涼しい場所で保管してください

❗ 食中毒防止のため、お早めにお召し上がりください

お願い
●9時までにご注文ください。
9時20分以降のご注文はお受けできない場合がございます。
お客様に時間通りにお弁当をお届けするためにご協力をお願いいたします。
お知らせ
●仕入れの都合により、メニューが一部変わることがございます。
●容器の回収は翌日になる場合がございます。
●表示されているカロリーはご飯(230g)359kcalを含みます。
●みやび弁当のカロリー・塩分についてはお問い合わせください。
ピンク色の日は、事前にご連絡を頂かないとお受けできない場合がございます。

●お申込み・お問い合わせ
saitake 株式会社才武給食
〒367-0061 埼玉県本庄市小島 6-11-37
TEL.0495-21-2036 (代)
FAX.0495-24-0506 http://www.saitake.co.jp